



ace wit w.I cna
bo tera nst nn
ok. co ag el/
co m/ am UC
m/ Fie .co S3
fie Ita fie V3
offi ia) ital u3
cial ia/) ids
A
kT-
Ag)

[Informativa trattamento dati personali \(https://www.fieitalia.it/privacy\)](https://www.fieitalia.it/privacy)

[Cookie Policy \(https://www.fieitalia.it/cookie-policy\)](https://www.fieitalia.it/cookie-policy)



(<https://www.fieitalia.it>)

Federazione Italiana Escursionismo



Un esempio concreto: la marcia alpina di regolarità mixata all'escursionismo

Escursionismo (<https://www.fieitalia.it/category/escursionismo/>), Gare di marcia (<https://www.fieitalia.it/category/marcia/>)

Colli Bergamaschi (<https://www.fieitalia.it/tag/colli-bergamaschi/>) Marzo 3, 2024 (<https://www.fieitalia.it/2024/03/03/>)



Cronaca di una bella giornata di sport e amicizia sui Colli Bergamaschi

Si è svolta lo scorso 25 febbraio sui colli bergamaschi l'iniziativa a cura del GS Marinelli che ha unito allenamento di marcia alpina di regolarità con escursionismo.

Malgrado, le previsioni meteo non fossero così positive, si è avuta una buona partecipazione: 18 marciatori, provenienti dalle provincie di Bergamo, Lecco e Brescia.

Dal punto di ritrovo, abbiamo imboccato il ripido sentiero che porta verso il castello di san Vigilio, splendido punto panoramico con vista su Bergamo alta, la pianura e tutto l'arco delle Prealpi Orobiche, peccato che le nubi basse nascondessero le cime dei monti. Dopo le foto di rito, siamo scesi e passando dal belvedere, siamo arrivati nel punto in cui è iniziato il primo tratto di allenamento di regolarità. Media 4400, siamo partiti in fila indiana, distanziati e seguendo l'unico marciatore che conosceva il tracciato. Il tracciato, un saliscendi, percorre la cresta del monte Bastia attraverso suggestive scalette e sentieri panoramici, per finire con una discesa nel bosco che porta alla sede degli alpini con annesso monumento ai caduti. Qui sono iniziati primi commenti sui tempi ottenuti da ciascuno, ritardo, anticipo? Lo avremmo poi saputo alla fine dell'ultimo settore.

Siamo ripartiti per un tratto non cronometrato, ottima occasione per i marciatori per raccontarsi quello che si è fatto durante il periodo invernale. Tra una chiacchiera e l'altra, siamo giunti alla partenza del secondo settore, media 5100, stavolta, dopo un primo tratto su ciottolato, il percorso si è snodato su di un sentiero in mezzo al bosco, qualche difficoltà in alcuni punti per il terreno completamente zuppo ma tutto è andato bene.

Completato il secondo settore, ci siamo diretti, su pista ciclabile, verso il complesso dell'ex monastero di Astino, un complesso Benedettino fondato nell'anno 1000 dai monaci Vallombrosani. Qui abbiamo visitato l'interno del chiostro e la sala del refettorio. Saloni affrescati e una magnifica ultima cena di Alessandro Allori. Per motivi di tempo, non abbiamo visitato, ma lo avrebbe meritato, la chiesa del Santo Sepolcro.

Ci siamo avviati verso il terzo settore cronometrato, era lontano, nel frattempo ci siamo goduti la salita di via Ripa Pasqualina. Abbiamo cambiato versante e ci è apparsa la silhouette di Bergamo Alta. Abbiamo percorso la strada degli ortolani dove si coltiva l'ottima scarola tipica dei colli di Bergamo. Un momento di pausa prima di iniziare il settore di salita, media 2800, una lunga scalinata (Scorlazzino e Scorlazzone) che ci ha riportato in cima al colle di San Vigilio: qui abbiamo trovato la stazione a monte della funicolare, al momento chiusa per manutenzione (riapre il 1° marzo).

Resi noti i tempi dei tre settori, si sono scatenati i commenti: ci sono stati i complimenti per i migliori e dichiarazioni di buoni propositi, per migliorare le proprie prestazioni, in vista dell'inizio delle gare ufficiali.

Siamo quindi tornati verso le auto, ci aspettava il "terzo tempo" presso una pizzeria nelle vicinanze. Terzo tempo sempre molto gradito dai marciatori, è il momento in cui si approfondiscono le conoscenze e rafforzano le amicizie, ben venga anche nelle gare in calendario.

Prima del caffè, sono stati premiati i 2 migliori: Cristina Conforti per la categoria femminile (47 penalità), Mario Zane per quella maschile (19 penalità).

Bella giornata passata tra sport, amicizia e cultura, grazie a tutti i partecipanti per averla resa possibile.

A cura di **Antonio Musitelli**

GS Marinelli

Le immagini della giornata

Ultimi articoli



(<https://www.fieitalia.it/campionato-regionale-sci-fie-piemonte-2024-copy/>)

Campionato Regionale Sci FIE Piemonte 2024 – Trofeo Colomion GS Children Adulti (<https://www.fieitalia.it/campionato-regionale-sci-fie-piemonte-2024-copy/>)

Marzo 11, 2024 | Nessun commento

Il Campionato Regionale Piemontese di Sci FIE prosegue con il Trofeo Colomion GS Children Adulti Di seguito il file con le classifiche complete: TROFEO COLOMION



(http:



A Cima Larici (Val Formica) il XX Trofeo Systel Elettronica (<https://www.fieitalia.it/a-cima-larici-val-formica-il-xx-trofeo-systel-elettronica/>)

Marzo 10, 2024 | Nessun commento

Nonostante la giornata difficile dal punto di vista del meteo, si è conclusa con successo, la gara organizzata dal Sci Club Siben Komoinen in Val



(<https://www.fieitalia.it/trofeo-sci-club-cogollo-a-lavarone-malga-rivetta/>)

Trofeo Sci Club Cogollo a Lavarone – Malga Rivetta (<https://www.fieitalia.it/trofeo-sci-club-cogollo-a-lavarone-malga-rivetta/>)

Marzo 10, 2024 | Nessun commento

A Malga Rivetta il 25 febbraio 2024 si è disputata la gara organizzata dal Sci Club Cogollo e valida come quarta prova del Campionato Regionale



(<https://www.fieitalia.it>)

Federazione Italiana Escursionismo
Via Imperiale 14 – 16143 Genova GE

© 2023 Federazione Italiana Escursionismo

➔ [Contatti\(https://www.fieitalia.it/contatti/\)](https://www.fieitalia.it/contatti/)

❓ [FAQs](#)